

Tinnitus - Qualen im Kopf

Akupunkturnadeln können Ohrgeräusche wirksam bessern

Ohrgeräusche im Kopf können für Betroffene zur Qual werden. Britische Forscher haben getestet, wie eine Akupunkturtherapie helfen kann.

Ohrgeräusche (Tinnitus) sind für viele Betroffene die reine Qual. Sie treten in zahlreichen Varianten auf und sind häufig kaum zu therapieren. Die Stärke reicht vom nur schwach wahrnehmbaren Ton bis zu stärksten Impulsen, die sich unter anderem als Sausen, Brummen, Rauschen, Klingen, Zischen, Klopfen und Pfeifen bemerkbar machen. Die Töne treten anhaltend oder in regelmäßigen Abständen, in Anfällen oder zunehmend auf und lassen sich in der Mehrzahl der Fälle nicht messen oder darstellen. Ihre Folgen reichen von leichten Schlafstörungen bis zu starker Angst mit Selbstmordgefahr.

Auch in westlichen Ländern bauen Ärzte auf traditionelle Therapien, die wir heute zur Komplementär- und Alternativmedizin zählen. Auch die traditionell-chinesische Akupunktur wird verstärkt zur Tinnitusbehandlung eingesetzt. Trotz großer Fortschritte fehlen jedoch gerade bei traditionellen Verfahren zahlreiche Fakten – unzähligen Vermutungen muss mit moderner Technik nachgespürt werden. Dieser Herausforderung haben sich Akupunkturärzte im englischen York gestellt. Ihre Meinung: Unzulängliche Methoden beeinflussen zu häufig die Analysen zahlreicher Daten.

Individuelle Auswahl der Nadelpunkte

Die Yorker Forscher haben dagegen in einer kontrollierten Doppelblindstudie die individuelle Lage der Teilnehmer berücksichtigt und daher die jeweilige Auswahl der Akupunkturpunkte an die Krankengeschichte angepasst. Die Therapie umfasste zwei Nadelsitzungen an fünf aufeinander folgenden Tagen, die morgens, nachmittags und abends absolviert werden konnten, was, wie die Forscher betonen, den Alltag der Teilnehmer kaum störte und für eine gute Mitarbeit sorgte.

An den Prinzipien der Traditionellen Chinesischen Medizin ausgerichtet gestaltete der Akupunkturarzt Befragung und Untersuchung, einschließlich Zungen- und Pulsdiagnostik, sowie die anschlie-

ßende patientengerechte Punktauswahl. Nachdem die Nadeln die Punkte erreicht hatten, wurden sie für 20 Minuten berührungsfrei am Ort belassen.

In einem Tagebuch hielt jeder Proband vier Hauptsymptome seiner Ohrgeräusche fest, darunter Lautstärke und Tonhöhe, die Bestandteil des bekannten Tinnitus-Fragebogens mit 10-Punkte-Schätzskaalen sind. Weitere Messgrößen waren die Anzahl der Wachstunden, die auf die Ohrgeräusche zurückgingen, und die Qualität des Schlafes.

Unter Beobachtung: Leber und Nieren

Bei allen sechs Probanden (Durchschnittsalter 52 Jahre) entdeckten die Forscher einen gestörten Fluss des Leber-Qi und eine Nierenschwäche, weshalb sie beidseitig Leber- und Nierenpunkte zur Nadelung auswählten. Außerdem nadelten sie beidseitig Lokalpunkte der Ohrmuschel. Weitere Punkte wurden spezifisch anhand von Diagnose und zusätzlicher Symptome ausgewählt. Die traditionell-chinesische Akupunktur hat zum Ziel, den Fluss von Energieströmen (Qi) im Körper zu bessern oder wiederherzustellen. Krankheiten sind demnach spezifische Ausdrücke bestimmter Blockaden des sonst frei fließenden Qi.

Die Daten der Forscher können sich sehen lassen: So gingen die durchschnittliche Lautstärke und die Tonhöhe der Ohrgeräusche deutlich zurück (um 2,5 bzw. 1,4). Ähnlich drastische Besserungen zeigten sich für die zwei anderen Hauptkriterien, die Anzahl der Wachstunden (-2,8) und die geschätzte Schlafqualität (-2,7). Teil des Spiels war jedoch auch eine Verschlechterung zu Beginn der Behandlung.

Die Forscher konstatieren, bei allen Patienten hätten die Messungen einen eindeutigen Trend in Richtung Beschwerdebesserung gezeigt. Zwar hätten fünf Teilnehmer am Ende der zweiten Woche von einer Verschlechterung ihrer Situation gesprochen, in der dritten Woche sei diese jedoch schritt-

weise in eine deutliche und anhaltende Besserung umgeschlagen. Interessant finden die Autoren, dass diese Anfangsverschlechterung mit einer erhöhten Aufmerksamkeit der Tagebuch führenden Teilnehmer einherging, und offenbar mit dieser zusammenhängt.

Abschließend diskutieren die Autoren die Ergebnisse, wobei sie detailliert auf den Aufbau der Studie eingehen, der bislang vor allem zur Erprobung von Medikamenten verwendet wurde, zum Beispiel im Zuge der Zulassung neuer Präparate. So wird es häufig dann herangezogen, wenn, wie in dieser Arbeit, nur wenige Patienten zur Verfügung stehen, die zudem sehr individuell behandelt werden. Die Forscher sprechen sich dafür aus, in zukünftigen Arbeiten noch genauere, auf größeren Teilnehmerzahlen basierende Daten zu ermitteln, die allgemeine Aussagen gestatten.

Dazu meint Dr. Bernd Ramme, Pressesprecher der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin (DAAAM): „In der Tat ist der Tinnitus ein kaum verstandenes Phänomen mit einer immensen Belastung für die Betroffenen. Wie das Symptom an sich können wir auch die wenigen bekannten Therapien nur partiell nachvollziehen. Traditionelle Methoden sollten wir aber als hilfreiche rote Fäden ansehen und sie im richtigen Maße an unsere heutige Medizin anpassen – oder umgekehrt. Ausschlaggebend sollte hierbei stets der Nutzen für die Betroffenen sein.“

Quelle: Jackson A et al: Acupuncture for tinnitus: A series of six n=1 controlled trials. Complement Ther Med 2006;14,39-46



Bildquelle: Photo Disc

Die Forschungen zeigen, dass Akupunktur wirksam gegen Tinnitus hilft.